ОСТРЫЕ САЛАТЫ

и пряные закуски по-корейски

Острые салаты и пряные закуски по-корейски

Содержание

4. Салат из моркови и лука с маслинами
5. Морковь по-корейски
6. Салат из цветной капусты с морковью
7. Салат из сладкого перца, огурцов и помидоров
8. Закуска из моркови и сельдерея
9. Острый капустный салат
10. Закуска из тушеной редьки с кунжутом
11. Салат из зелени с чесноком
12. Салат из картофеля и редиса
13. Картофель по-пхеньянски
14. Салат из помидоров и щавеля
15. Маринованная свекла с хреном
16. Салат из консервированных ананасов
17. Салат из бананов, апельсинов и маслин
18. Рыбная закуска с овощами
19. Жареные креветки с луком и чесноком
20. Закуска из кальмаров с помидорами
21. Салат из кальмара с кунжутом
22. Салат с креветками и овощами
23. Острая закуска из стерляди и моркови
24. Жареные креветки с зеленым салатом
25. Хве из стерляди
26. Салат из свеклы и яблок
27. Острый салат из огурцов
28. Салат из капусты и моркови с чесноком
29. Закуска из стручковой фасоли с сыром и базиликом
30. Салат из редиса с соевым соусом
31. Помидоры со сладким перцем и пряными травами

Салат из моркови и лука с маслинами

- *150 г моркови*
- *100 г мелкого репчатого лука*
- *50 г маслин*
- *1—2 ст. ложки растительного масла*
- *1 ч. ложка уксуса*
- *соль*
- *сахар*

Чем крупнее нарезаны овощи, тем меньше питательных веществ они теряют при варке.

Морковь и лук очистить. Морковь нарезать крупной соломкой. Овощи положить в кастрюлю, залить небольшим количеством воды и поставить на слабый огонь. Варить до полного испарения воды.

К готовым овощам добавить маслины, полить смесью масла, уксуса, соли и сахара. Выложить салат на блюдо.

Морковь по-корейски

- *2 моркови*
- *4 дольки чеснока*
- *2 ст. ложки яблочного уксуса*
- *2 ст. ложки растительного масла*
- *1/2 ч. ложки красного молотого перца чили*
- *1 ч. ложка кориандра*
- *1 ст. ложка сахара*
- *1/2 ч. ложки соли*
- *1/2 ст. ложки соевого соуса*
- *усилитель вкуса (глютамат натрия)*

Секрет вкуса корейских салатов заключается не только в подборе специй, но и в способе нарезки. Овощи должны нарезаться тонкой длинной соломкой.

Морковь вымыть, очистить, нарезать тонкой длинной соломкой с помощью ножа или специальной терки для корейских салатов. Очищенные дольки чеснока измельчить.
Выложить в глубокую посуду подготовленные морковь и чеснок, добавить кориандр, соль, сахар, красный молотый перец, перемешать. По желанию можно добавить усилитель вкуса.
Влить яблочный уксус, растительное масло и соевый соус, перемешать, накрыть крышкой.
Поставить морковь в прохладное место и настаивать не менее 24 часов.

- *1/3 кочана цветной капусты среднего размера*
- *2 моркови*
- *1 ч. ложка тмина*
- *соль*

Для заправки:

- *2 ст. ложки растительного масла*
- *1 ч. ложка яблочного уксуса*

Для украшения:

- *1 пучок петрушки*

Морковь вымыть, очистить. Капусту разделить на соцветия и промыть в проточной воде.

Сварить овощи в слегка подсоленной воде. Отвар слить, капусту и морковь остудить.
Отваренные овощи нарезать мелкими кусочками.

Заправка: смешать растительное масло с яблочным уксусом.
Выложить на сервировочное блюдо капусту, затем морковь, полить заправкой.
Петрушку нашинковать, смешать с солью и тмином, растереть.
Посыпать салат измельченной петрушкой.

САЛАТ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ

Повар и поваренок
Для приготовления корейских блюд лучше всего подходит кунжутное масло. Но так как его цена достаточно высока, практически равноценной заменой может стать оливковое масло. В крайнем случае подойдет соевое масло высокой очистки.
40 мин

Салат из сладкого перца, огурцов и помидоров

Повар и поваренок

Острую корейскую пасту можно сделать самостоятельно. Для этого нужно смешать красный молотый перец с солью и другими специями по вкусу, истолочь в порошок и растереть с небольшим количеством растительного масла до однородной густой массы.

- *2 стручка желтого сладкого перца*
- *1 огурец*
- *2 помидора*
- *1 луковица*
- *1 пучок зелени укропа и кинзы*
- *1 ст. ложка яблочного уксуса*
- *1/3 ч. ложки черного молотого перца*
- *соль*

Сладкий перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать тонкими кольцами.

Лук очистить и нарезать тонкими кольцами. Помидоры вымыть, удалить плодоножки, нарезать тонкими ломтиками. Огурец вымыть, очистить, нарезать тонкими кружками. Зелень укропа и кинзы нашинковать. На сервировочное плоское блюдо выложить слоями сладкий перец, помидоры, огурец, лук. Салат посолить, поперчить, сбрызнуть яблочным уксусом, посыпать зеленью и, не перемешивая, подать к столу.

Закуска из моркови и сельдерея

- *1 крупная морковь*
- *1 пучок сельдерея*
- *1 ст. ложка растительного масла*
- *соль*
- *1 ст. ложка соевого соуса*

Для украшения:

- *зелень петрушки*

Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой. Вымытый сельдерей обсушить, нарезать аналогичным способом.

Подготовленные овощи сложить в дуршлаг, бланшировать 3—4 минуты, дать воде стечь, остудить.

На сковороду с разогретым растительным маслом выложить морковь и сельдерей, обжаривать в течение 5—7 минут при постоянном помешивании, охладить.

Посолить, добавить соевый соус, перемешать.

Выложить на сервировочное блюдо, украсить мелко нарубленной зеленью петрушки.

Красный перец сорта чили богат каротином, а его семена — липидами, поэтому рекомендуется молоть стручки перца для приготовления корейских блюд вместе с семенами.

Острый капустный салат

- *300 г капусты или китайского салата*
- *1 пучок зеленого лука*
- *2 дольки чеснока*
- *3 ст. ложки растительного масла*
- *1 ст. ложка яблочного уксуса*
- *1 ч. ложка красного молотого перца (паприки)*
- *1 ч. ложка сахара*
- *соль*
- *зелень укропа*

Капусту нарезать тонкими полосками, посолить, перетереть руками до появления сока, сложить в глубокую посуду, сбрызнуть уксусом и оставить на 20 минут. Чеснок очистить, измельчить. Зеленый лук перебрать, вымыть и мелко нарезать. Смешать лук с чесноком и истолочь до однородной массы.

Повар и поваренок

Множество пряных трав и морепродуктов растительного происхождения корейцы хранят в сушеном виде. Некоторые из этих продуктов перед использованием в пищу вымачиваются, что совершенно не портит их вкусовых и питательных качеств.

Капусту перемешать с луково-чесночной массой, добавить сахар, яблочный уксус, растительное масло и еще раз перемешать. Украсить зеленью укропа.

Закуска из тушеной редьки с кунжутом

- *1 редька*
- *1 пучок зеленого лука*
- *4 дольки чеснока*
- *1 ст. ложка подсоленных семян кунжута*
- *1/2 ст. ложки соевого соуса*
- *2 ст. ложки растительного масла*
- *1/2 ч. ложки красного молотого перца*
- *соль*

Для украшения:

- *зелень петрушки*

Редьку вымыть, очистить, разрезать на 4 части и нарезать тонкими ломтиками.
Чеснок очистить и измельчить, зеленый лук вымыть и нашинковать. Разогреть на сковороде растительное масло, выложить ломтики редьки, обжарить на сильном огне, добавить чеснок, посолить, перемешать и тушить до размягчения.
Готовую редьку заправить соевым соусом, добавить нашинкованный лук, семена кунжута и красный перец, перемешать, охладить. К столу подавать, украсив зеленью петрушки.

Повар и поваренок

Традиционным украшением корейских закусок и сложных салатов является нарезанная ломтиками яичница-глазунья. На каждую порцию блюда жарится 1 яйцо, остужается, нарезается треугольниками и выкладывается поверх кушанья в форме цветка.

Салат из зелени с чесноком

- *2 пучка петрушки*
- *1 пучок зеленого лука*
- *2 дольки чеснока*
- *1 ст. ложка яблочного уксуса*
- *1 ч. ложка сахара*
- *1 ч. ложка соевого соуса*
- *соль*

В корейской кулинарии присутствует множество дикорастущих трав, которые используются для приготовления различных салатов, соусов, заправок. Особенно популярен папоротник: из его молодых побегов готовится кимчхи, считающееся деликатесом.

Петрушку перебрать, промыть холодной водой, отделить от стеблей и нарезать крупными кусочками.
Подготовленную петрушку выложить в глубокую посуду, посолить, добавить сахар и яблочный уксус, перемешать. Чеснок очистить и измельчить. Зеленый лук перебрать, помыть и мелко нашинковать. Добавить лук и чеснок к петрушке, перемешать, перед подачей на стол заправить соевым соусом.

Салат из картофеля и редиса

Повар и поваренок
Корейские редька и редис несколько отличаются от привычных нам овощей как по вкусу, так и по внешнему виду. Редька имеет зеленоватую мякоть, а редис — красную.
40 мин

- *2 крупных клубня картофеля*
- *1 большой пучок редиса с ботвой*
- *1 пучок зелени укропа*
- *1 пучок зеленого лука*
- *3 ст. ложки майонеза*
- *4 ст. ложки растительного масла*
- *1/2 ч. ложки красного молотого перца*
- *2 ст. ложки соевого соуса*
- *соль*

Картофель вымыть, очистить, нарезать тонкой соломкой.
Редис отделить от ботвы, очистить, нарезать соломкой, сложить в отдельную посуду, посолить.

Ботву нарезать тонкими полосками. Выложить картофель на сковороду с разогретым растительным маслом, посыпать красным молотым перцем, перемешать, поджарить до образования золотистой корочки. Добавить редис и соевый соус и тушить 3—4 минуты на слабом огне. Добавить к готовящемуся блюду ошпаренную кипятком ботву редиса, перемешать, подержать на огне 1—2 минуты.
Перед подачей на стол салат охладить, добавить нашинкованную зелень укропа и лук и заправить майонезом.

- *2 крупных клубня картофеля*
- *2 дольки чеснока*
- *200 г сыра твердых сортов*
- *100 г сливочного масла*
- *1/2 стакана сливок*
- *белый молотый перец*
- *соль*

Картофель вымыть, очистить, нарезать тонкими кружочками. Сыр натереть на крупной терке. Чеснок очистить и измельчить ножом.

Сковороду натереть чесноком с внутренней стороны, смазать сливочным маслом. На дно выложить слой картофеля, посыпать тертым сыром, посолить, поперчить, добавить кусочки сливочного масла. Аккуратно влить по краю сковороды сливки и запекать блюдо в духовке до образования золотистой корочки в течение 20—25 минут.
К столу можно подавать как в горячем, так и в холодном виде.

Картофель по-пхеньянски

Сливочное масло очень редко используется в корейской кулинарии. В основном в праздничных блюдах. В старину сливочное масло и любые другие молочные продукты могли есть только люди, принадлежавшие к привилегированной знати.

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ЩАВЕЛЯ

- *2 помидора*
- *1 пучок щавеля*
- *1/2 лимона*
- *2 яйца*
- *3 ст. ложки сливок*
- *1 ч. ложка майорана*
- *1 ч. ложка соевого соуса*
- *соль*

Щавель перебрать, вымыть, обсушить и нарезать полосками.
Яйца отварить и очистить от скорлупы. Нарезать яйца мелкими кусочками.
Помидоры обдать кипятком, очистить от кожицы и нарезать мелкими кусочками.
Подготовленные ингредиенты сложить в глубокую посуду, добавить сок половины лимона, соевый соус, майоран и соль. Залить сливками, перемешать.
Перед подачей на стол выложить на сервировочное блюдо.

Этот салат относится к современным блюдам корейской кухни, появившимся в последние годы. Ранее молочные продукты могли употреблять только члены императорской семьи, а молоко являлось редким лакомством для высокопоставленной знати.

Маринованная свекла с хреном

- *1 свекла*
- *2 ст. ложки тертого хрена*

Для маринада:

- *1 лимон*
- *1 ст. ложка яблочного уксуса*
- *5—6 горошин душистого перца*
- *2—3 лавровых листа*
- *2 ч. ложки сахара*
- *соль*

Эту закуску можно приготовить из отварной свеклы, что существенно сократит время маринования. Однако питательность блюда также снизится. Чтобы компенсировать потерю витаминов, можно заменить яблочный уксус лимонным соком и добавить зелень.

Свеклу вымыть, очистить, натереть на крупной терке.

Маринад: в небольшую кастрюлю налить 100 мл воды, добавить яблочный уксус, измельченную цедру с 1/2 лимона, соль, сахар, душистый перец, лавровый лист и довести до кипения. Содержимое кастрюли процедить, охладить.

В отдельную посуду уложить слоями свеклу, перекладывая каждый слой хреном. Залить продукты охлажденным маринадом, накрыть крышкой и поставить в темное прохладное место не менее чем на 24 часа. Украсить тонкими кружочками лимона.

- *1 банка консервированных ананасов*
- *2 апельсина*
- *1 лимон*
- *3 помидора*

Для соуса:

- *3 ст. ложки сметаны*
- *1 ч. ложка имбиря*
- *соль*
- *сахар*

Для украшения:

- *листья салата*

С ананасов сцедить жидкость, откинув на дуршлаг. Апельсины очистить от кожуры и разделить на дольки.

Листья салата вымыть и обсушить. Соединить ананасы с апельсинами в глубокой посуде.

Соус: сметану смешать с имбирем и соком лимона, добавить сахар, соль, перемешать и охладить.
Помидоры вымыть, нарезать небольшими дольками, выложить в посуду с ананасами и апельсинами, перемешать.
Сервировочное блюдо выстелить салатными листьями, выложить сверху салат, полить соусом.

САЛАТ ИЗ КОНСЕРВИРОВАННЫХ АНАНАСОВ

Блюда из фруктов являются основным источником сахара в корейской кухне, потому что десерты как самостоятельные кушанья в Корее не приняты. Потребность организма в сахаре также удовлетворяется за счет его добавления практически во все блюда.

Салат из бананов, апельсинов и маслин

Обилие фруктов и овощей в корейской кулинарии позволяет создавать сбалансированный рацион питания, содержащий все необходимые человеческому организму полезные вещества. Корейцы — одни из самых стройных людей.

- *2 банана*
- *2 апельсина*

Для приправы:

- *15 маслин*
- *50 г очищенного миндаля*
- *1 лимон*
- *2 ст. ложки растительного масла*
- *1/2 ч. ложки сахара*
- *1/2 ч. ложки имбиря*

Нарезать 5 маслин мелкими кусочками.

Приправа: соединить маслины с растительным маслом, 1 ст. ложкой выжатого лимонного сока, имбирем, миндалем и перемешать.

Апельсины очистить от кожуры, разделить на дольки.

Бананы очистить, нарезать тонкими кружочками.

В глубокой посуде соединить бананы, апельсины и приправу, перемешать, посыпать сахаром, добавить целые маслины и еще раз перемешать.

Перед подачей на стол выложить в сервировочную чашку.

Рыбная закуска с овощами

- *300 г соленой красной рыбы*
- *1 редька*
- *2 моркови*
- *4 дольки чеснока*
- *2 ст. ложки яблочного уксуса*
- *2 ст. ложки растительного масла*
- *1/2 ч. ложки молотого белого перца*
- *соль*

В корейской кулинарии в основном используется морская рыба. Пресноводная рыба не пользуется особым спросом, так как корейцы считают, что она не слишком вкусна. Но на вкус европейца различия практически незаметны, если набор специй одинаков.

Морковь и редьку вымыть, очистить, нарезать тонкой соломкой.
Рыбу нарезать небольшими тонкими полосками.
Чеснок очистить и измельчить.
Подготовленные ингредиенты сложить в глубокую посуду, добавить молотый белый перец и растительное масло.

Заправить закуску яблочным уксусом, посолить, перемешать и поставить в холодильник на 30—40 минут.
Перед подачей на стол выложить в сервировочное блюдо.

Жареные креветки с луком и чесноком

- *200 г очищенных креветок*
- *3 дольки чеснока*
- *1 луковица*
- *3—4 пера зеленого лука*
- *2 ст. ложки яблочного уксуса или сухого белого вина*
- *1/2 стакана растительного масла*
- *1 ст. ложка соевого соуса*
- *1 ч. ложка имбиря*
- *соль*
- *глютамат натрия*
- *1 лимон*

Различные морепродукты являются основным поставщиком животного белка в рационе жителей Кореи. Подобный белок усваивается гораздо лучше, чем мясной.

Лук очистить и нарезать.
Очищенные дольки чеснока измельчить.
Перья зеленого лука вымыть и нарезать.
Креветки вымыть и обсушить.
Обжарить лук и чеснок на растительном масле, добавить креветки, глютамат натрия, посолить, перемешать и жарить 4—5 минут.

Добавить к креветкам яблочный уксус или белое сухое вино, соевый соус, имбирь, перемешать и тушить на медленном огне до готовности.
Перед подачей на стол креветки охладить, выложить на сервировочное блюдо, посыпать зеленым луком, сбрызнуть лимонным соком и украсить дольками лимона.

Закуска из кальмаров с помидорами

- *2 кальмара*
- *2 плотных помидора*
- *3 дольки чеснока*
- *6—7 маслин без косточек*
- *1/2 лимона*
- *2 ст. ложки растительного масла*
- *1 пучок зелени петрушки*
- *красный молотый перец*
- *соль*

Соевый соус добавляет соленость блюдам, усиливает аппетит и вкусовые ощущения. Благодаря содержащимся в нем аминокислотам имеет сладкий привкус.

Кальмары вымыть, очистить от кожицы и нарезать тонкими кольцами.
Вымытые помидоры обдать кипятком, снять кожицу и нарезать мелкими кубиками.
Очищенный чеснок нарезать соломкой. Маслины нарезать мелкими кусочками. Зелень петрушки нашинковать.

На разогретую сковороду с растительным маслом выложить кальмары и слегка обжарить. Добавить помидоры, чеснок, маслины, зелень петрушки, соль, перец, сбрызнуть лимонным соком и тушить на слабом огне до тех пор, пока кальмары не станут мягкими. Закуску охладить и перед подачей на стол выложить на сервировочное блюдо.

САЛАТ ИЗ КАЛЬМАРА С КУНЖУТОМ

- *1 кальмар*
- *2 дольки чеснока*
- *1 ст. ложка соевого соуса*
- *1 ст. ложка яблочного уксуса*
- *1 ст. ложка семян кунжута*
- *1 ч. ложка красного молотого перца*
- *1 ч. ложка сахара*
- *соль*
- *глютамат натрия*

Семена кунжута являются одной из самых любимых приправ корейских кулинаров. Кунжут используется в основном в слегка обжаренном виде для приготовления самых разнообразных блюд.

Кальмара вымыть, отварить в кипящей воде в течение 3—4 минут, остудить, снять пленку и удалить хрящевую пластину.

Кальмара нарезать тонкой соломкой. Измельчить очищенный чеснок.

В глубокую посуду выложить кальмара и чеснок, добавить яблочный уксус, соевый соус, глютамат натрия, соль, перец, сахар и слегка обжаренные на сухой сковороде семена кунжута, все ингредиенты тщательно перемешать. Дать салату настояться в течение 20 минут.

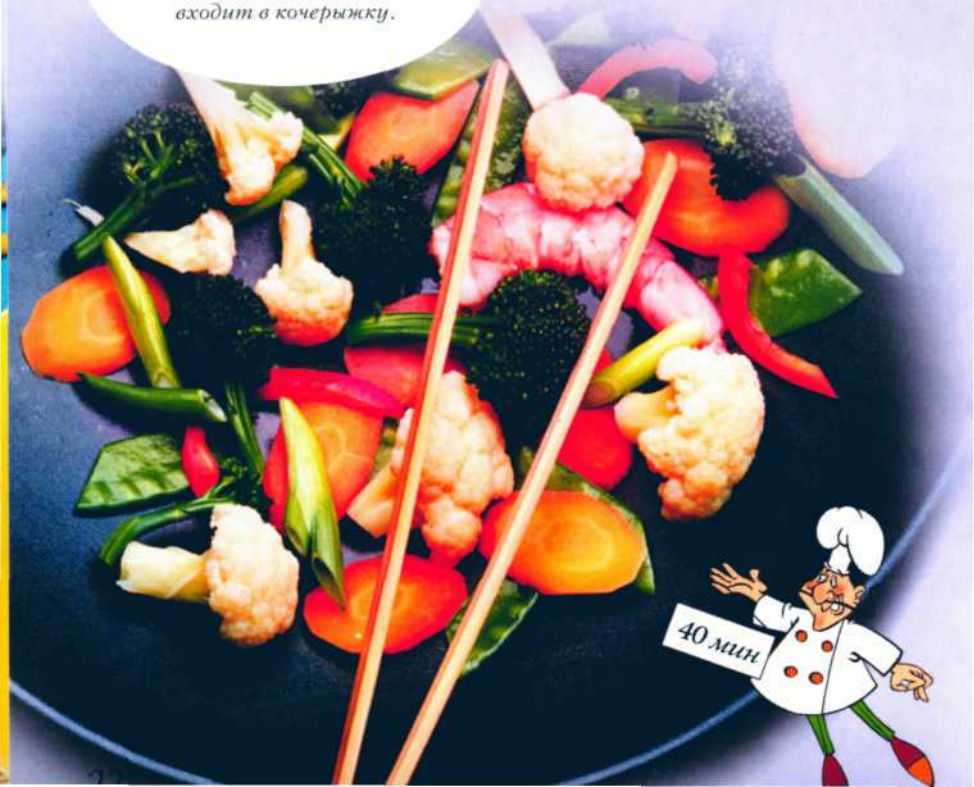
Перед подачей на стол выложить в сервировочную чашку.

- *150 г креветок*
- *1 стручок сладкого красного перца*
- *100 г цветной капусты*
- *100 г капусты брокколи*
- *50 г моркови*
- *50 г стручковой фасоли*
- *50 г зеленого лука*
- *2 ст. ложки свиного жира*
- *соль*

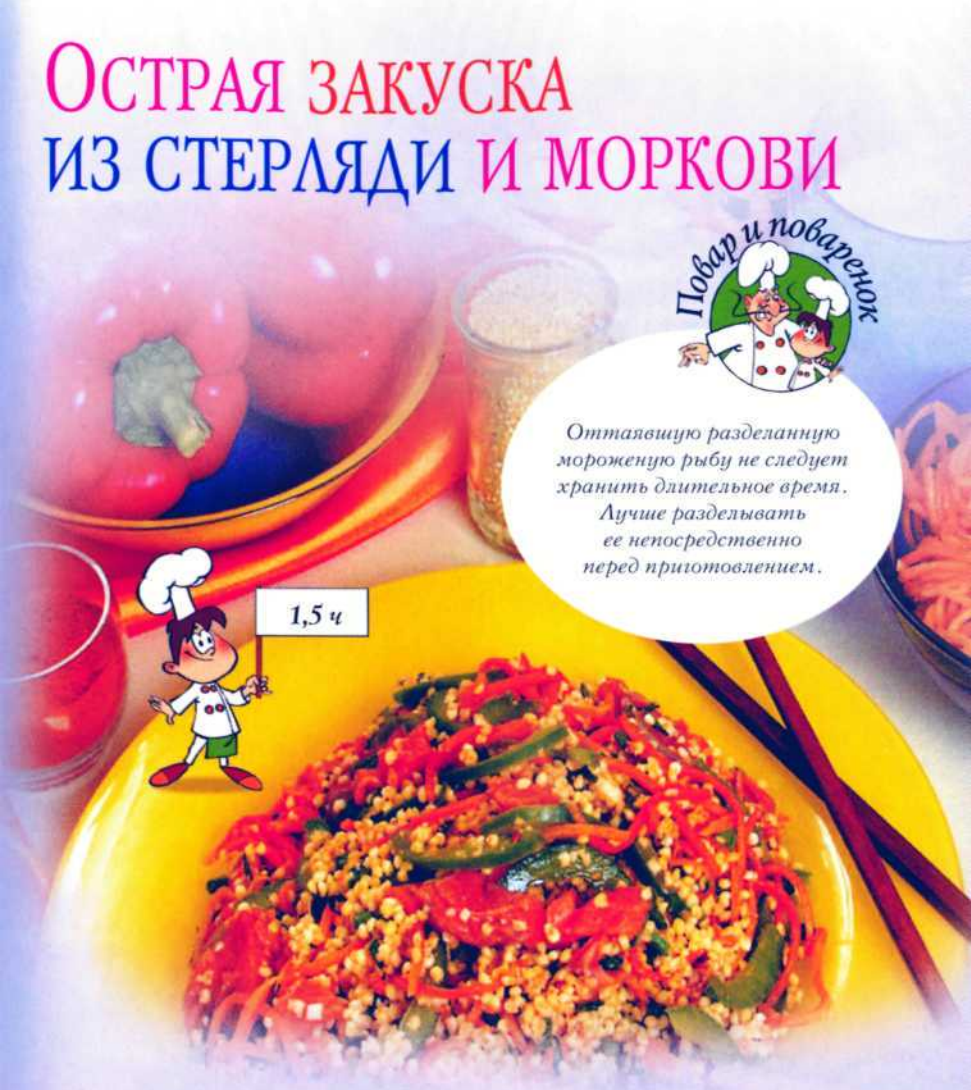
Овощи промыть в холодной воде. Отварить цветную капусту, брокколи, морковь и фасоль в подсоленной воде. Откинуть на дуршлаг, дать стечь жидкости и охладить. Капусту разобрать на кочанчики, морковь нарезать кружочками, фасоль и зеленый лук — небольшими кусочками, перец — соломкой. Свиной жир растопить на сковороде, положить креветки, слегка обжарить. Добавить к креветкам подготовленные компоненты, жарить еще 10 минут, посолить. Подавать блюдо к столу горячим.

САЛАТ С КРЕВЕТКАМИ И ОВОЩАМИ

Цветная капуста считается готовой, если нож свободно входит в кочерыжку.



Острая закуска из стерляди и моркови


Повар и поваренок
Оттаявшую разделанную мороженую рыбу не следует хранить длительное время. Лучше разделывать ее непосредственно перед приготовлением.
1,5 ч

- *300 г филе стерляди*
- *2 средние моркови*
- *1/2 стакана пшена*
- *1 пучок зеленого лука*
- *4 дольки чеснока*
- *1 стручок сладкого перца*
- *1 ч. ложка красного молотого перца*
- *1 ч. ложка сахара*
- *соль*
- *имбирь*

Филе стерляди нарезать небольшими кусочками и смешать с половиной красного молотого перца.

Пшено перебрать, промыть, сварить на пару, охладить и смешать с оставшимся перцем.
Морковь вымыть, очистить, нарезать тонкой длинной соломкой.
Зеленый лук вымыть, нашинковать.
Чеснок очистить и измельчить.
Перец очистить и нарезать тонкими полосками вдоль волокон.
Соединить кусочки рыбы с пшеном, морковью, зеленым луком, чесноком, сладким перцем. Добавить имбирь, сахар, соль, перемешать и дать блюду настояться примерно 30 минут.

Жареные креветки с зеленым салатом

- *200 г очищенных креветок*
- *1 пучок зеленого салата*
- *1 пучок зеленого лука*
- *3 ст. ложки десертного вина*
- *3 ст. ложки растительного масла*
- *1 ст. ложка соевого соуса*
- *1 ч. ложка крахмала*
- *1 ч. ложка сахара*
- *сок 1/2 лимона*
- *соль*
- *глютамат натрия*

Для длительного хранения свежую зелень можно заморозить в небольшом количестве воды.

Салат перебрать, промыть, нарезать полосками шириной 2 см, сложить в глубокую миску, залить горячей водой на 2—3 минуты для размягчения. Нарезать зеленый лук. Креветки вымыть, обсушить и обжарить на растительном масле. Выложить в сковороду зеленый лук и подготовленный салат, перемешать. Добавить глютамат натрия, сахар, соль, соевый соус и вино, перемешать. Жарить 2—3 минуты на сильном огне.

Размешать крахмал с 50 мл воды и покрыть смесью жарящиеся продукты, подержать на огне до загустения крахмала. Сбрызнуть лимонным соком.

Хве из стерляди

- *200 г филе стерляди*
- *1 большая луковица*
- *2 дольки чеснока*
- *2 ст. ложки растительного масла*
- *1 ст. ложка яблочного уксуса*
- *1 ч. ложка кориандра*
- *1 стручок красного жгучего перца*
- *1 ст. ложка сахара*
- *1 пучок зелени петрушки и укропа*
- *соль*

Если зелень увяла, ее можно освежить, положив в слегка подкисленную уксусом холодную воду.

Филе стерляди вымыть, обсушить, нарезать небольшими кусочками, сложить в глубокую стеклянную или эмалированную посуду, залить уксусом и хорошо перемешать.
Лук очистить и нарезать полукольцами.
Чеснок очистить и мелко нарубить.
Красный перец освободить от плодоножки и семян, нарезать соломкой, слегка обжарить на растительном масле и охладить.
Зелень укропа и петрушки перебрать, вымыть, обсушить и нашинковать.
Смешать рыбу с луком, чесноком, красным перцем, зеленью укропа и петрушки, добавить кориандр, сахар, соль, хорошо перемешать и дать настояться в течение 1 часа.
Перед подачей на стол выложить хве в сервировочное блюдо горкой.

Салат из свеклы и яблок

- *1 свекла*
- *1 зеленое яблоко зимнего сорта*
- *1 ст. ложка яблочного уксуса*
- *зелень петрушки*

Приготовляя закуски и салаты из свеклы, используйте пряности и острые соусы, иначе они получатся пресными и безвкусными.

Свеклу вымыть, отварить, охладить, очистить и нарезать небольшими кусочками.
Яблоко вымыть, разрезать на 4 части, удалить сердцевину. 3/4 яблока нарезать небольшими кусочками и смешать со свеклой в глубокой стеклянной или эмалированной посуде, добавить яблочный уксус. Оставшуюся часть яблока нарезать фигурно для украшения.
Петрушку вымыть и нашинковать. Салат переложить в сервировочное блюдо, украсить петрушкой и дольками яблока.

Острый салат из огурцов

- *3 свежих огурца*
- *1 луковица*
- *1 головка чеснока*
- *3 ст. ложки растительного масла*
- *1 лимон*
- *2 стручка красного острого перца*
- *1/2 ч. ложки черного молотого перца*
- *соль*

Нарезанный репчатый лук не подгорит при жарке во фритюре и будет золотистого цвета, если его предварительно запанировать в муке.

Огурцы вымыть, нарезать тонкими кружочками, посолить, положить на 1 час под гнет. Огуречный сок слить, огурцы аккуратно отжать через марлю.

Лук очистить, нашинковать, обжарить на растительном масле до золотистого цвета.

Стручки красного острого перца вымыть, удалить у них плодоножки и семена, нарезать тонкими полосками.

Чеснок очистить, измельчить и смешать с красным перцем.

Огурцы выложить в сервировочную посуду, добавить обжаренный лук, смесь красного перца с чесноком, соль, черный молотый перец, сок половины лимона, перемешать.

Оставшуюся половину лимона нарезать тонкими кружочками и украсить ими салат.

- *300 г белокочанной капусты*
- *3 моркови*
- *1 пучок зеленого лука*
- *3 ст. ложки растительного масла*
- *3 дольки чеснока*
- *1 ч. ложка красного молотого перца*
- *1 ч. ложка яблочного уксуса*
- *соль*

Капусту нашинковать тонкой соломкой, посолить и перетереть руками до появления сока. Морковь вымыть, очистить, нарезать соломкой и смешать с капустой в глубокой миске.
Чеснок очистить и измельчить. Зеленый лук перебрать, вымыть и нашинковать.
Соединить лук и чеснок в отдельной посуде, добавить красный молотый перец, перемешать.
Полученную смесь выложить в миску с капустой, добавить растительное масло, яблочный уксус, перемешать.
Салат уложить горкой в сервировочную посуду.

Салат из капусты и моркови с чесноком

Закуска из стручковой фасоли с сыром и базиликом

Чтобы сохранить сыр от высыхания, надо положить на тарелку рядом с сыром кусочек сахара и накрыть плотно другой тарелкой. Целую неделю сыр будет совершенно свежим.

- *250 г стручковой фасоли*
- *100 г сыра твердых сортов*
- *1 пучок базилика*
- *2 ст. ложки семян кунжута*
- *соль*
- *белый молотый перец*

Для заправки:

- *2 ст. ложки растительного масла*
- *1 ст. ложка яблочного уксуса*

Фасоль перебрать, вымыть, отварить в подсоленной воде в течение 10—15 минут, откинуть на дуршлаг, дать воде стечь, охладить.

Смешать яблочный уксус и растительное масло.

Нарезать отварную фасоль кусочками длиной 2 см, посолить, поперчить, влить заправку.

Семена кунжута обжарить при постоянном помешивании на сухой сковороде до золотисто-коричневого цвета.

Сыр нарезать небольшими кубиками.

Базилик промыть холодной водой, обсушить, удалить стебли, мелко нарезать.

Перемешать фасоль с кунжутом, сыром и базиликом.

САЛАТ ИЗ РЕДИСА С СОЕВЫМ СОУСОМ

- *300 г редиса*
- *1 стручок горького красного перца*
- *2 ст. ложки соевого соуса*
- *1 ст. ложка яблочного уксуса*
- *1 ст. ложка сахара*
- *1 ст. ложка растительного масла*
- *соль*

Редис вымыть, очистить, нарезать тонкой соломкой.
У стручка красного перца удалить плодоножку и семена, нарезать соломкой и обжарить на сковороде в разогретом растительном масле.
Соединить в глубокой посуде редис и обжаренный перец, посолить, добавить сахар, заправить яблочным уксусом и соевым соусом, перемешать.
Готовый салат выложить в сервировочную посуду.

Повар и поваренок

Уксус для салатов будет ароматнее и вкуснее, если к нему добавить корочки лимона, апельсина или мандарина, свежие шампиньоны, листья эстрагона или другие пряности и ароматическую зелень.

Помидоры со сладким перцем и пряными травами

- *500 г помидоров*
- *2 стручка сладкого перца*
- *3 дольки чеснока*
- *3 яйца*
- *1 пучок зеленого лука*
- *1 большой пучок зелени петрушки, укропа, эстрагона, базилика*
- *3 ст. ложки растительного масла*
- *соль*

В салатах очень вкусны и красивы помидоры и перец разных цветовых сортов: красный, желтый и зеленый.

Помидоры вымыть, удалить плодоножки, нарезать ломтиками. Вымытые стручки перца освободить от семян, нарезать тонкой соломкой. Чеснок очистить и мелко нарубить. На разогретую сковороду с растительным маслом выложить подготовленные овощи и тушить 10—15 минут на слабом огне. Нашинковать вымытые петрушку, укроп, базилик, эстрагон. В отдельной посуде взбить яйца с солью, добавить нашинкованные петрушку, укроп, базилик, эстрагон, перемешать и вылить в сковороду с тушеными овощами при непрерывном помешивании. Зеленый лук перебрать, вымыть, обсушить, нашинковать и добавить к содержимому сковороды. Перемешать, накрыть сковороду крышкой и довести кушанье до готовности на слабом огне в течение 3—4 минут. Перед подачей на стол блюдо охладить.

0-76 **Острые** салаты и пряные закуски по-корейски. — М.: Эксмо, 2007.— 32 с: ил.

В последние годы интерес к корейской кухне резко возрос. Редкое застолье сейчас обходится без салата или закуски, приготовленных по корейскому рецепту. Необычный вкус блюд Страны утренней свежести обусловлен специфическим набором пряностей, а также особым способом нарезки продуктов. В этой книге помещены классические рецепты наиболее популярных корейских салатов и закусок, которые могут стать отправной точкой для смелых кулинарных экспериментов.

УДК 641/642
ББК 36.99

ISBN 5-699-19346-4

© ООО «Издательство «Эксмо», 2007

Реализация данной электронной книги в любых интернет-магазинах, и на CD (DVD) дисках с целью получения прибыли, незаконна и запрещена!
www.natahaus.ru

Составитель *О. Зыкина*

Фото *М. Козловского, А. Дроздина*

Оформление художника *Н. Кудря*

ОСТРЫЕ САЛАТЫ И ПРЯНЫЕ ЗАКУСКИ ПО-КОРЕЙСКИ

Ответственный редактор *А. Ежихина*
Художественный редактор *Н. Кудря*
Технический редактор *М. Печковская*
Компьютерная верстка *С. Карпухин*
Корректор *Е. Сырцова*

ООО «Издательство «Эксмо»
127299, Москва, ул. Клары Цеткин, д. 18/5. Тел. 411-68-86, 956-39-21.
Home page: **www.eksmo.ru** E-mail: **info@eksmo.ru**

Оптовая торговля книгами «Эксмо»:
ООО «ТД «Эксмо». 142702, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное, Белокаменное ш., д. 1, многоканальный тел. 411-50-74.
E-mail: **reception@eksmo-sale.ru**

По вопросам приобретения книг «Эксмо» зарубежными оптовыми покупателями *обращаться в отдел зарубежных продаж ООО «ТД «Эксмо»*
E-mail: **foreignseller@eksmo-sale.ru**

International Sales: *For Foreign wholesale orders, please contact International Sales Department at* **foreignseller@eksmo-sale.ru**

По вопросам заказа книг «Эксмо» в специальном оформлении *обращаться в отдел корпоративных продаж ООО «ТД «Эксмо»* E-mail: **project@eksmo-sale.ru**

Оптовая торговля бумажно-беловыми и канцелярскими товарами для школы и офиса «Канц-Эксмо»: Компания «Канц-Эксмо»: 142700, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное-2, Белокаменное ш., д. 1, а/я 5. Тел./факс +7 (495) 745-28-87 (многоканальный). e-mail: **kanc@eksmo-sale.ru**, сайт: **www.kanc-eksmo.ru**

Полный ассортимент книг издательства «Эксмо» для оптовых покупателей:
В Санкт-Петербурге: ООО СЗКО, пр-т Обуховской Обороны, д. 84Е. Тел. (812) 365-46-03/04. **В Нижнем Новгороде:** ООО ТД «Эксмо НН», ул. Маршала Воронова, д. 3. Тел. (8312) 72-36-70. **В Казани:** ООО «НКП Казань», ул. Фрезерная, д. 5. Тел. (843) 570-40-45/46. **В Самаре:** ООО «РДЦ-Самара», пр-т Кирова, д. 75/1, литера «Е». Тел. (846) 269-66-70. **В Ростове-на-Дону:** ООО «РДЦ-Ростов», пр. Стачки, 243А. Тел. (863) 268-83-59/60. **В Екатеринбурге:** ООО «РДЦ-Екатеринбург», ул. Прибалтийская, д. 24а. Тел. (343) 378-49-45. **В Киеве:** ООО ДЦ «Эксмо-Украина», ул. Луговая, д. 9. Тел./факс: (044) 537-35-52. **Во Львове:** ТП ООО ДЦ «Эксмо-Украина», ул. Бузкова, д. 2. Тел./факс: (032) 245-00-19. **В Симферополе:** ООО «Эксмо-Крым» ул. Киевская, д. 153. Тел./факс (0652) 22-90-03, 54-32-99.

Мелкооптовая торговля книгами «Эксмо» и канцтоварами «Канц-Эксмо»:
117192, Москва, Мичуринский пр-т, д. 12/1. Тел./факс: (495) 411-50-76.
127254, Москва, ул. Добролюбова, д. 2. Тел.: (495) 745-89-15, 780-58-34.

Подписано в печать 14.03.2007
Формат 60×100 1/16. Гарнитура «Светлана». Печать офсетная. Бумага мел. Усл. печ. л. 2,0.
Доп. тираж 7000 экз. Заказ 7461.

Отпечатано с электронных носителей издательства.
ОАО "Тверской полиграфический комбинат". 170024, г. Тверь, пр-т Ленина, 5.
Телефон:(4822) 44-52-03, 44-50-34. Телефон/факс: (4822) 44-42-15.
Home page - www.tverpk.ru. Электронная почта (E-mail) - sales@tverpk.ru